

УДК 634
ББК 42.3
Р24

Распопов, Геннадий Федорович.

Р24 Экодача. Как выращивать продукты для здоровья: откровенный разговор врача и садовода о жизни в деревне и органическом земледелии / Геннадий Распопов. — Москва : Эксмо, 2019. — 192 с. — (Подарочные издания. Лучшие агрономы России).

ISBN 978-5-04-099069-6

Эта книга написана детским врачом и садоводом с 40-летним стажем. Она специально для тех, кто заботится о здоровье родных и близких, кому важно, чем питаются они сами, их дети и внуки. Только выращивая на своем участке урожай по правилам природного, экологического земледелия, можно быть точно уверенным в качестве продуктов, полезных для здоровья!

Автор предлагает не просто эффективные методы получения натуральных продуктов — овощей, зелени, фруктов, молока и яиц. Он погружает в самую суть природных процессов, откровенно делится личным опытом отказа от химии и перехода исключительно на экологические земледелие и животноводство.

**УДК 634
ББК 42.3**

ISBN 978-5-04-099069-6

© Распопов Г.Ф., текст, 2019
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2019

СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие	4
ПОЧВА, БИОРАЗНООБРАЗИЕ И ЭКОЛОГИЯ	7
Что такое экологическое земледелие	8
Системный подход к организации хозяйства	14
Как применять навоз в экологическом саду	29
Рецепты правильного компоста	36
Секреты мульчирования органическими материалами	45
Сидераты и плодородие – мифы и реальность	55
Дождевые и калифорнийские черви: нужны ли они?	66
ВОЗДУХ, ВОДА И ПОГОДА.....	73
Ветер в нашем саду и огороде	74
Оптимальное освещение различных культур	82
Влияние тепла на развитие растений	90
Правильный полив и сохранение почвенной влаги	98
Рациональная планировка грядок	107
Удобство свободных посадок	117
СЕКРЕТЫ ЗДОРОВОЙ РАССАДЫ ОВОЩЕЙ	123
Что важно знать о рассаде	124
Основные овощные культуры	131
Выращивание зеленных культур	144
Особенности рассады свеклы и капусты	149
ЖИВОТНЫЕ В ЭКОЛОГИЧЕСКОМ ХОЗЯЙСТВЕ.....	159
Зачем нужны животные	160
Разведение птицы на своем участке	163
Кролики и козы – важная часть хозяйства	173
ПРИЛОЖЕНИЕ	181
Что такое аэрированный компостный чай (АКЧ)	182
Заключение	190





ПРЕДИСЛОВИЕ

Я рос на степных просторах под Ростовом и был счастлив. В огороде без ухода зрели огромные сахарные помидоры, в окно стучали переспелые черешни, затем абрикосы, утром распаиваешь створки, прыгаешь на ветки деревьев ростом с дом и завтракаешь фруктами. Экология в начале 50-х годов прошлого века еще не была нарушена. Отец – охотник и рыбак – часто приносил домой перепелок и куропаток или огромных сазанов.

Грядки меня мало интересовали, в первом классе я увлекался рассказами Виталия Бианки, разговаривал с синичками, приучал их садиться на руку. В третьем классе прочитал книгу «Маленькие дикари», и Эрнест Сетон-Томпсон научил меня строить вигвамы, разжигать костры, охотиться, не причиняя вреда всему окружающему. Произведения этих авторов обогатили мой внутренний мир новыми чувствами, я стал глубже понимать природу и бережнее к ней относиться. Названные мною книги не устарели, они и сейчас могут быть лучшим подспорьем для юных любителей природы.

Став старше, в школьные годы, я любил лазить с друзьями по местным балкам и сопкам, мы искали пещеры, где в войну партизаны прятали оружие. Тогда я впервые узнал, к чему может привести детская беспечность – приятелям оторвало ноги. А к моим родителям часто приходили друзья-врачи, и я услышал их рассказы об операциях детишкам, раненным при расстреле восставших рабочих Новочеркаска 2 июня 1962 года. В результате этих психологических потрясений я задумался о медицине и решил стать врачом.

В институте я продолжал путешествовать – пешком и автостопом по России, с «комсомольцами» по европейским странам. Впервые увидел, как в убогой Европе молодежь протестует против индустриализации, грязных выбросов, уничтожения лесов и рек. В нашей стране вокруг городов росли свалки, от черного дыма из заводских труб у детей развивались болезни легких. В институте меня учили лечить астму, но говорить о вреде от деятельности промышленных предприятий было запрещено.

Я познакомился с кружками диссидентов-почвенников, которые пытались противостоять загрязнению природы. Но в то время у меня родился сын, и мы с женой мечтали лишь о том, чтобы найти место, не загаженное цивилизацией, построить дом, посадить сад, читать книги, растить внуков, лечить детей... Так я оказался на родине Бианки, на востоке Новгородской области.

Вначале «новой жизни» стрессы продолжались. Мы с женой и ребенком пару лет ютились в десятиметровой комнатке в коммуналке, где не было ни ванны, ни душа. Но мы – из тех, для кого рай возможен в любом шалаше, нас окружала прекрасная природа, которой не устаешь наслаждаться.

При Брежневе нам дали государственную квартиру, а во времена Андропова и Черненко – шесть соток земли в дачном кооперативе, но едва я построил теплицу, как пришла комиссия, измерила ее размеры и приказала снести, мол, разрешено 15 кв. м, а у меня – 18.

В магазинах в тот период было пусто, за колбасой и маслом ездили в Ленинград на ночных электричках, а на шести сотках мы начали успешно производить все остальное. Так я учился самовыживанию и самообеспечению.

Я продолжал вести научные исследования, защитил диссертацию по педиатрии, приобрел способность на любую проблему смотреть системно. Научился не только лечить, но и прогнозировать болезни и организовывать профилактику, вначале для своих пациентов, а затем и для растений в саду.

Когда в России в результате перестройки появился «дикий рынок», мне пришлось выживать в новых условиях, обучаясь коммерции. Разрешили собственность на землю и средства производства, и я научился быть хозяином на своей земле.

Я читал книги выдающихся специалистов в отдельных областях и видел, что их авторы ничего не понимают в смежных дисциплинах. Строил свой дом и осознавал, что архитекторам нет дела до почвы и экологии. Читал о выращивании домашних животных и понимал, что животноводы думают о прибыли и эффективности, но не знакомы с основами правильного питания человека и не знают, что органика (отходы животноводства) может реанимировать землю, а не загнивать ее.

Учась выращивать целебные плоды и овощи, я заметил, что аграрии прекрасно разбираются в химизации и интенсификации, но не думают об экологии. Экологи часто размышляют о глобальных проблемах земного шара, но не заботятся о конкретном человеке и его семье.

Я же смог свои навыки системного, научного подхода, сведения в области биологии, экологии, медицины, садоводства и животноводства, опыт путешествий и чувство любви к лесу, лугам, рекам, птицам, книгам о природе – все эти и теоретические и практические знания объединить в целое, создав экологическое приусадебное хозяйство.

Я понял главное: надо не сетовать на несовершенство мира, а создавать гармонию на своем клочке земли, в своей семье, в своем приусадебном хозяйстве.

Прошли годы и, по сути, все мечты мои сбылись полностью. Сейчас у меня пятеро внуков и внучек. Я стараюсь привить им патриотизм и любовь к своей малой родине.

Всех моих внуков прикладывали к груди сразу после первого крика, и у них формировался импринтинг (первый образ в критический момент после рождения, устойчивая программа поведения), или, по-простому, любовь к родной матери.

В шесть месяцев мои внуки уже видели, как бабушка ухаживает за козочкой и дает им первую чужеродную пищу – теплое парное молоко. Аромат детства, запах и вкус этого молока они сохраняют на всю жизнь.

Когда внуки начинали ходить, я вел их на грядки с клубникой, и они сами учились выбирать самую крупную и сладкую ягоду, клали ее в рот и радовались царящему вокруг раздолью. Этот вкус клубники и чувство свободы они запомнят навсегда.

Когда внукам исполнялось пять лет, они помогали мне ухаживать за птицей, наблюдали, как куры и утки строят гнезда, высиживают яйца, учат цыплят искать червячков. Они видели, что петух, найдя зернышки, не склевывает их первым, а, танцуя вокруг корма, зовет курочек и цыплят на завтрак. Так у внучат формировалось представление о здоровых, естественных отношениях в семье и любовь к своему окружению.

Как-то дети помогали мне ухаживать за растениями в саду.

– Убей! – закричал маленький, обращаясь к старшему. – Это вредная букашка!

Но первоклассник внимательно разглядывал клопа, который полз по стволу кукурузы. Он приподнял листик, и оттуда выползла целая семейка мелких клопиков-«черепашек». Старший отвел руку младшего и спокойно сказал:

– Ничего в природе трогать нельзя, все живые существа приносят пользу. Уничтожишь одну букашку – погибнет целая цепочка организмов, от них зависящая. Пусть живут и сами разбираются между собой. Так меня учил дедушка, когда я был такой же маленький и глупенький, как ты.

У меня сердце сжалось от умиления. Значит, не зря я вырастил сад, в котором теперь мои внуки набираются мудрости. Они не просиживают часы за компьютером, играя в азартные «стрелялки», а наблюдают за реальной борьбой, происходящей в дикой природе, и постигают ее простые и глубокие законы.

Об этом и многом другом, но в целом – о том, как создать вокруг себя условия для преумножения физического и психологического здоровья всей семьи, я и продолжаю писать книги.





**ПОЧВА,
БИОРАЗНООБРАЗИЕ
и ЭКОЛОГИЯ**



ЧТО ТАКОЕ ЭКОЛОГИЧЕСКОЕ ЗЕМЛЕДЕЛИЕ



О ФОРМИРОВАНИИ РАЗНЫХ ПОДХОДОВ К САДОВОДСТВУ

Наверное, у каждого садовода есть знакомый, такой же увлеченный фанат сада и огорода, с которым постоянно обсуждаются философские вопросы садоводства, ведутся споры до хрипоты о лучших приемах агротехники, об урожайных сортах и новых культурах. Последние четыре десятка лет ко мне постоянно заходит мой сосед по саду Виктор – посмотреть, что нового у меня, и я делюсь с ним всеми своими секретами, новыми сортами, черенками, семенами, мне интересно, как он воспринимает новые методы агротехники, и как они приживаются на его участке. Виктор рассказывает о том, какие проблемы приходится решать ему и его соседям, не имеющим агрономического образования. Познакомились мы с Виктором сорок лет назад, когда в голодные годы, чтобы выживать, взяли по шесть соток земли в садовом товариществе и оказались соседями.

Виктор потерял здоровье в молодости, в армии был контужен, страдал приступами головокружений, но работа в саду как-то сгладила болезнь, и сейчас, будучи пенсионером по возрасту, он все летнее время проводит на даче, работает на земле, воспитывает внуков.

Я воспринимаю занятия садом как хобби, основное время провожу, консультируя больных, вечерами пишу статьи по садоводству для журналов, модерую садовые сайты, а на участке работаю не более двух часов в день.

Виктор с женой, бывая у нас в саду, задают один и тот же вопрос:

– Как вы все успеваете? У вас теперь земли в десять раз больше, чем у нас – целое поле под овощи за городом, сад в полгектара в пригороде, 12 соток цветов и овощей у дома, животных тоже намного больше, и все растет, не болеет, дает урожаи, и усталыми мы вас не видим. А мы горба-

тимся на своих шести сотках у дома, устаем, а урожая еле хватает на зиму, и такого разнообразия плодов, ягод и овощей нет.

Виктор рос в деревне, а я – в городе, поэтому, когда мы познакомились, сосед все знал и умел и учил меня, как сажать картошку, как под лопату класть в землю навоз.

Я в то время уставал на работе, трудился над диссертацией по медицине и для переключения мыслей параллельно стал читать книги и журналы по сельскому хозяйству, каждый год осваивать по пять-десять новых культур и методов агротехники, ставил опыты в саду. Увлёкся экспериментами с минералкой по Митлайдеру и гидропонными установками, затем заинтересовался пчелами и разведением калифорнийских червей.

Увлечение превратилось в страсть, и уже на третий год после получения земли я занялся селекцией гладиолусов, сразу с использованием мутагенеза, загорелся скрещиванием овощных культур, создавал свои гетерозисные гибриды томатов, постоянно ездил в Питер и Москву, знакомился с опытными садоводами, цветоводами, учеными-селекционерами, привозил от них семена новых сортов, черенки садовых растений, осваивал все новые и новые приемы агротехники.

Все статьи и книги, которые прочитал я, давал читать и Виктору, секреты и методы выращивания растений я от него не скрывал. Единственное отличие: у меня было базовое высшее биологическое образование, а у Виктора – мудрость и опыт предков-аграриев. Хотя интерес к земле и желание ставить эксперименты на ней у нас были одинаковые.

Прошло почти сорок лет, Виктор все попробовал из того, что я внедрил в своем саду, но быстро охладевал к новым приемам и переходил к тем методам, что применяли его предки в прошлом и позапрошлом веке и сейчас используют большинство соседей.

И я решил написать книгу на эту тему, поделиться именно практически секретами, как создать успешный сад и огород на приусадебном участке, какие ошибки не стоит допускать, ответить на вопрос: почему новые методы органического земледелия трудно приживаются на российской почве.

А пока мы продолжаем философствовать с Виктором по вечерам на тему, почему один садовод успешный, а другой – нет. Зачем мы с женой каждые пять лет меняем технологии садоводства, методы агротехники, сорта, способы переработки и хранения продуктов, виды подкормок и внесения удобрений, методы борьбы с болезнями, а Виктор как перекапывал землю весной и осенью, выбирая корешки сорняков с утра до вечера, затем внося покупной навоз под лопату, так и копает грядки вот уже сорок лет по заветам своего дедушки, и навоз вносит, как завещала ему бабушка,



и соломой мульчирует грядки, как прочитал в бульварных журнальчиках советы одного гуру садоводства, и вонючки делает из сорняков по брошюркам другого гуру, и фуфломидинами типа «Здоровый сад» опрыскивает растения по рекомендациям третьего, и минеральные удобрения вносит строго по схемам четвертого.

ТВОРЧЕСТВО, ОСНОВАННОЕ НА ЗНАНИИ

Виктор по-прежнему верит советам из рекламных бульварных изданий, ищет новые методы, способные дать ему сразу великолепный урожай. Установил ульи в саду для опыления своего сада и грядок, а пчелы опыляют сады соседей и погибают от пестицидов (имидоклоприда), завел калифорнийских червей, но биогумуса хватает только на цветочные горшки. Пытался делать АКЧ, но добавлял в чай сорняки и усиливал гнилостные процессы в почве, делал компост, но развел крыс, мульчировал грядки соломой, но под мульчей из соломы прятались улитки и ночью съедали всю рассаду капусты, в навозе размножалась медведка и объедала корни растений, мульчировал грядки свежей травой – а от нее после дождя свирепствовали грибные и бактериальные болезни.

Я говорю Виктору: если у тебя затрат труда больше, а результат обратный, значит, нужно искать причину – что ты в корне делаешь неверно.

Советы маркетологов и заветы бабушек – это, в большинстве случаев, мифы. Во-первых, некоторые из них – это просто обман, в красивой обертке подтасованный результат, фото, сделанные в фотошопе. Реклама сортов, препаратов и удобрений – умелое кодирование профессиональными маркетологами наивных садоводов, выманивание у них денег. Малиновое дерево, арбузные огурцы и развесистая клюква – одного поля ягоды, растущие в стране Буратино.

Во-вторых, любой метод, который ты перенял от предков, верен для того времени, а в наши дни его можно улучшить. Не стоит искать популистские решения, верить в чудеса, надо улучшать сорта, а одновременно почву для этих сортов, и микроклимат, планировку, технику, удобрения, и что еще важнее, повышать свои знания по биологии, экологии земли.

Рутинная работа – это плохое настроение и потеря здоровья, а творчество в саду, стимуляция мозга – это радость, вдохновение и долголетие. Не горбатиться на земле, а творить, добиваться результата.

Все это я говорю соседу, но сам прекрасно понимаю, что дело в характере: кого-то устраивает простая рутинная работа, кто-то предпочитает быть жертвой обстоятельств, плакаться в жилетку знакомых, страдать, таких любят больше, чем тех, кто добивается успеха.

Но я мечтаю, что моя книга будет полезна всем – и творческим людям, и простым огородникам, любящим свою землю, знания нужны каждому. Будут знания, появится и вдохновение.

Результат может прийти с другого конца. Знание и творчество принесут здоровье, творческий труд и здоровье – сделают почву плодородной, плодородие почвы повысит биоразнообразие и стабильность экосистемы вашего сада.

Как я и говорил в самом начале: биоразнообразие должно быть ключевым понятием при создании экологического приусадебного хозяйства, начало и конец ваших действий. Мои диалоги с Виктором показывают, пока экологические законы не поняты – от рутины копания грядок садоводу не уйти.

БЕСЕДЫ ПРИ ЛУНЕ

В последние годы Виктор ко мне часто приходит по вечерам. Мы пьем чай, смотрим на луну, он задает мне разнообразные вопросы, а я глубокомысленно отвечаю.

Я отобрал 14 интересных тем для обсуждения, и чтобы мой уважаемый читатель не уставал от суховатого текста, между глав буду вставлять беседы, которые, возможно, чуть добавят юмора, личностной окраски и помогут затронуть моменты, недостаточно полно освещенные в книге. Я их так и назвал: «Беседы при луне»

Сегодня вечером пронеслась короткая летняя гроза, гром раскалывал небо. Но солнце, медленно опускаясь за горизонт, успело высушить лужи на тропинках. Затем взошла полная луна и заглянула к нам в окно. Мы с Виктором стали настраиваться на беседу под лунной, открыли створки окна, но ночное светило опять задержали рваные тучи, и вместо одной мы увидели шесть маленьких лун.

ВОПРОС 1. КАК ПРИРОДА ПРОГНОЗИРУЕТ КАТАСТРОФЫ?

Сегодня Виктор меня спросил:

– Почему меня часто преследуют неприятности, картошка гибнет от весенних заморозков в июне, а затем в июле – от фитофторы, капуста от блошки и засухи, яблони и груши вымерзают раз в пять лет, в теплице свирепствуют болезни и белокрылка, от навоза и мульчи одни проблемы, засилие сорняков и гнилей?

Я начал ему объяснять:

– Давай посмотрим вокруг, наблюдаем эволюционную мудрость природы, где все живое научилось прогнозировать катастрофы и успешно бороться с ними. Крысы бегут с тонущих кораблей заранее, птицы и мелкие животные успевают покинуть опасные места до начала землетрясения и цунами.

А растения и почвенный микромир борются с катаклизмами, создавая максимальное биоразнообразие – как по форме в пространстве, так и по росту во времени. В природе нет грядок, как у современного человека, где бы росли растения одинакового размера и с одинаковой генетикой, а почва была бы бедной по разнообразию живых организмов. Иначе обязательно придет катастрофа и уничтожит монокультурные растения подчистую, а почву смоем дождем и унесет ветром.

Я, например, картошку высаживаю в разное время, хотя бы в три срока – с 15 мая по 5 июня, разных сортов, от ранних до поздних, обязательно меняю сорта и чередую место посадки, думаю о предшественниках, и постоянно забочусь о росте почвенного биоразнообразия, вношу органику, не перепахиваю, мульчирую, оставляю сорняки в междурядьях, подрезая корни триммером, использую не химические, а, в основном, биологические методы борьбы.

Груши и яблони в саду высаживаю по монастырскому методу, прививаю сотни сортов на местные зимостойкие подвои, каждый год имею запас черенков в снегу – на случай аномальных морозов, сад держу под лугом и забочусь о почве, пчелах, птицах и диких деревьях по периметру.

В теплице меняю культуры, использую старый компост без гнилей, а с сорняками и белокрылкой в редких случаях, при неконтролируемых вспышках, можно побороться и современной малотоксичной «химией».

Меня спасает биоразнообразие, как в пространстве, так и во времени, и знание всех рисков, которые надо предотвращать по каждой культуре, точнее, минимизировать вред от катастроф.

Есть эффективный агроприем, позволяющий быстро увеличить биоразнообразие на бедных почвах, который я эффективно использую – правильный компост и АКЧ на его основе.

Самая типичная ошибка большинства садоводов, и молодых, и старых – слепо следовать рекомендациям. Ведь любое мнение эксперта или опытного знатока – это лишь карта с маршрутом, часто для своей зоны и собственного характера. Условия везде разные,

материальные возможности и образ жизни садовода различны. Надо просто понять, почему мудрый садовод проложил такой путь для себя, каковы его преимущества, а далее – творчески экспериментировать самому и приобретать личный опыт. Мифы и условности ограничивают полет фантазии. А это плохо. Конечно, надо знать базовые основы, популярные учебники читать необходимо, но наука и практика садоводства развиваются стремительно, и стоять на месте нельзя.



СИСТЕМНЫЙ ПОДХОД К ОРГАНИЗАЦИИ ПРИУСАДЕБНОГО ХОЗЯЙСТВА

ЭКОЛОГИЧЕСКАЯ ЦЕЛЕСОБРАЗНОСТЬ ПЛЮС ЭКОНОМИЧЕСКАЯ ЖИЗНЕСПОСОБНОСТЬ

Мое приусадебное хозяйство должно быть целесообразным с экологической точки зрения и одновременно с этим экономически жизнеспособным, устойчивым, несмотря на кризисы вокруг.

Для этого на своем небольшом участке земли я должен построить дом, создать условия для животных, учитывая особенности почвы и рельефа, спланировать и создать грядки и сад, реанимировать почву, чтобы вырастить продукцию высокого качества, которую мне экономически не выгодно покупать в магазине, или ее там просто нет.

Я должен объединить опыт и традиции моих прабабушек и современные научные знания, мировые достижения «химиков» и «органистов». Взять за основу, конечно, природные экологические модели, но приспособить их к культурным растениям, которые не могут выживать в условиях дикой природы.

Я осознал, что все технические приемы, необходимые для сохранения окружающей среды и восстановления почвы, уже известны. Правда, эти знания раскиданы по разным странам, различным специалистам, отдельным группам энтузиастов.

В своем хозяйстве я объединяю опыт ученых из разных стран. Например, в Башкирии есть группа ученых-знатоков высокосолевых корней и локальных подкормок. В институте Родейла уже 25 лет изучают и используют аэрированный компостный чай. Экологи Австралии лучше других разбираются в практике компостирования. Ученые Канады разработали методы применения древесной щепы для возрождения плодородия почв.

Австралийские почвоведы впереди многих в понимании важности амёб и других хищников в азотном обмене в ризосфере, в зоне корневых выделений.

У нас делают отличные гуматы для ускорения почвообразовательных процессов. Наши природники, как никто другой, научились приемам компостирования органической мульчи непосредственно на грядках, в содружестве с корнями растений.



Мои принципы приусадебного хозяйства:

- **Не бороться с естественными условиями окружающей среды, а сотрудничать с ними.**
- **Не господствовать над природой, а жить с ней в гармонии.**
- **Не бездумно физически перелопачивать землю, а вдумчиво заботиться о ее плодородии.**
- **Не примитивно односторонне представлять жизнь растений и животных, а принимать решения, учитывая сложность и разнообразие экологических связей в природе.**
- **Не выращивать продукты для супермаркета, а производить здоровую, полезную еду.**

Современные экологические подходы к земледелию невозможно реализовать в глобальных масштабах, в крупных хозяйствах. Там пока экономически выгодно использовать химизацию и губить природу. Но новые знания уже используют миллионы людей в мире на своих небольших участках, в одиночку или объединившись вместе, тем более сейчас легко создать группы по интересам через социальные сети Интернета, где опыт распространяется молниеносно.

Все вышеперечисленные экологические идеи мне удалось применить в своем саду и сделать свой опыт доступным всем.

ЗОЛОТАЯ СЕРЕДИНА МЕЖДУ АГРОХИМИЕЙ И ПРИРОДНИЧЕСТВОМ

Малина в саду агронома может давать немислимые урожаи, но лесная малина ароматнее и целебнее, так же, как и лесная земляника, они больше нравились моей бабушке и сейчас по душе моей внучке. Это вроде бы аксиома.

Миллионы лет эволюции дикие растения «не думали» о том, что могут нравиться или не нравиться человеку, они просто выживали в конкурентной борьбе

